# CEIPSO MIGUEL DE CERVANTES

PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE EDUCACIÓN FÍSICA CURSO: 4º ESO Curso 2019/2020

**PROGRAMACIÓN DIDÁCTICA DE**

**EDUCACIÓN FÍSICA**

**Introducción.**

**Normativa aplicada para la elaboración de esta Programación Didáctica:**

**• Decreto 48/2015, de 14 de mayo, del Consejo de Gobierno, por el que se establece para la Comunidad de Madrid el currículo de la Educación Secundaria Obligatoria.**

**• Orden 2398/2016, de 22 de julio, de la Conserjería de Educación, Juventud y Deporte, por la que se regulan determinados aspectos de organización, funcionamiento evaluación de kla Educación Secundaria Obligatoria.**

**• Instrucciones de 24 de junio de 2016 de la Dirección General de Educación de educación infantil, primaria y secundaria sobre diversos aspectos de los Programas de Mejora del Aprendizaje y del Rendimiento en la Educación Secundaria Obligatoria.**

**• Orden ECD/65/2015, de 21 de enero, por la que se describen las relaciones entre las competencias, los contenidos y los criterios de evaluación de la educación secundaria obligatoria y el bachillerato**

CONTEXTOALIZACIÓN DE LA PROGRAMACIÓN.

El Instituto de Enseñanza Secundaria está ubicado en la Comunicad de Madrid

Es un CEIPSO con 8 grupos de secundaria repartidos dos en cada curso.

El centro está trabajando en un proyecto integral en el que se trabaja por objetivos en el que todo el claustro está involucrado, no se trabaja con libros de texto y hay una participación muy activa de los alumnos y familias en estos proyectos. Actualmente estamos desarrollando tres proyectos:

Pacifismo “Cervantina”.

Quienes somos quienes fuimos.

Que me pasa doctor

# 1. OBJETIVOS DE LA ETAPA

# 1.1 OBJETIVOS DE LA MATERIA

# 2. CONTENIDOS

# 2.1. ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS

# 3. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

# 4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA ESTE CURSO-MATERIA

# 5. RECURSOS DIDÁCTICOS

# 6. CONTRIBUCIÓN DE ESTA MATERIA AL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS CLAVE

# 7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

# 7.1. CONTENIDOS MÍNIMOS EXIGIBLES PARA LA EVALUACIÓN POSITIVA DEL CURSO

# 7.2.- ESTANDARES DE APRENDIZAJE

# 8. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN.

# 9. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN.

# 10. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN Y EVALUACIÓN DE PENDIENTES

# 11. ESTRUCTURA DE LA PRUEBA EXTRAORDINARIA DE SEPTIEMBRE

# 12. PROCEDIMIENTO DE COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS.

# 13. MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD.

# 13.1.- ADAPTACIONES CURRICULARES.

# 14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

# 15. ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA.

# 16. FOMENTO DE LAS TECNOLOGÍAS DE LA INFORMACIÓN Y LA COMUNICACIÓN.

# 17. EVALUACIÓN DE ALUMNADO CON PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA

# 18. NORMAS DE LA ASIGNATURA

# 19. EVALUACIÓN DEL PROFESOR

# 20 RELACION DE LOS ELEMENTOS BASICOS DE LA PROGRAMACIÓN

# ( contenidos, estándares , indicadores de logros, competencias)

1. OBJETIVOS DE LA ETAPA

a) Asumir responsablemente sus deberes, conocer y ejercer sus derechos en el respeto a los demás, practicar la tolerancia, la cooperación y la solidaridad entre las personas y grupos, ejercitarse en el diálogo afianzando los derechos humanos y la igualdad de trato y de oportunidades entre mujeres y hombres, como valores comunes de una sociedad plural y prepararse para el ejercicio de la ciudadanía democrática.

b) Desarrollar y consolidar hábitos de disciplina, estudio y trabajo individual y en equipo como condición necesaria para una realización eficaz de las tareas del aprendizaje como medio de desarrollo personal.

c) Valorar y respetar la diferencia de sexos y la igualdad de derechos y oportunidades entre ellos. Rechazar la discriminación de las personas por razón de sexo o por cualquier otra condición o circunstancia personal o social. Rechazar los estereotipos que supongan discriminación entre hombres y mujeres, así como cualquier manifestación de violencia contra la mujer.

d) Fortalecer sus capacidades afectivas en todos los ámbito de la personalidad y en sus relaciones con los demás, así como rechazar la violencia, los prejuicios de cualquier tipo, los comportamientos sexistas y resolver pacíficamente los conflictos.

e) Desarrollar destrezas básicas en la utilización de las fuentes de información para, con sentido crítico, adquirir nuevos conocimientos. Adquirir una preparación básica en el campo de la tecnologías, especialmente las de la información y la comunicación.

f) Concebir el conocimiento científico como un saber integrado, que se estructura en distintas disciplinas, así como conocer y aplicar los métodos para identificar los problemas en los diversos campos del conocimiento y de la experiencia.

g) Desarrollar el espíritu emprendedor y la confianza en sí mismo, la participación, el sentido crítico, la iniciativa personal y la capacidad para aprender a aprender, planificar, tomar decisiones y asumir responsabilidades.

h) Comprender a expresar con corrección, oralmente y por escrito, en la lengua castellana, textos y mensajes completos e iniciarse en el conocimiento, la lectura y el estudio de la literatura.

i) Comprender y expresarse en una o más lenguas extranjeras de manera apropiada.

j) Conocer, valorar y respetar los aspectos básicos de la cultura y la historia propias y de los demás, así como el patrimonio artístico y cultural.

k) Conocer y aceptar el funcionamiento del propio cuerpo y el de los otros, respetar las diferencias, afianzar los hábitos de cuidado y salud corporales e incorporar la educación física y la práctica del deporte para favorecer el desarrollo personal y social. Conocer y valorar la dimensión humana de la sexualidad en toda su diversidad. Valorar críticamente los hábitos sociales relacionados con la salud, el consumo, el cuidado de los seres vivos y el medio ambiente, contribuyendo a su conservación y mejora.

l) Apreciar la creación artística y comprender el lenguaje de las distintas manifestaciones artísticas, utilizando diversos medios de expresión y representación.

1.- OBJETIVOS DE LA MATERIA

1.- Conocer la importancia y llevar a cabo calentamientos como hábito saludable antes de comenzar una actividad física.

2.- Conocer los beneficios para la salud que reporta la práctica habitual de la actividad física.

3.- Mejorar la condición física según el nivel de partida adoptando actitudes de auto-exigencia personal para que se produzca una mejora.

4.- Conocer la importancia de adquirir buenos hábitos saludables como la adopción de posturas correctas, el no consumo de alcohol y tabaco y una buena hidratación.

5.- Tomar conciencia de las diferencias individuales en el nivel de partida de las actividades propuestas y disposición favorable a su mejora.

6.- Realizar y conocer las actividades físico-deportivas que se pueden llevar a cabo en el medio natural de bajo impacto respetando el medio ambiente.

7.- Mejorar el aspecto cualitativo del movimiento, teniendo en cuenta los cambios funcionales y morfológicos del alumno/a, buscando desarrollar la capacidad de adaptación y garantizando futuros aprendizajes.

• 8.- Conocer la dinámica interna y practicar actividades y deportes individuales y colectivos identificando su naturaleza a nivel técnico o táctico.

9.- Tomar conciencia y poner en práctica las normas de convivencia social en la práctica de actividades deportivas, eliminando cualquier muestra de racismo.

10.- Utilizar el cuerpo como recurso expresivo con o sin base musical, en las actividades orientadas a favorecer una buena dinámica de grupo.

11.- Conocer la importancia de la repercusión que tiene el cuidado del cuerpo personal en la práctica deportiva y el fenómeno del deporte como tal.

CONTENIDOS

ACTIVIDADES EN MEDIO ESTABLE ( PATINAJE SOBRE RUEDAS)

Técnica de desplazamiento

Control del centro de gravedad sobre el pie de apoyo.

Trabajo de coordinación y equilibrio.

Aspectos preventivos, forma de caer, elementos de seguridad pasiva, indumentaria, material de protección.

Motivación.

ACTIVIDADES DE ADVERSARIO (PALAS)

Desarrollo de ejercicios con implementos para la mejora de la coordinación segmentaria. Práctica de actividades deportivo-recreativas con raquetas.

La recreación a través de las palas-

Introducción a los deportes de adversario con raqueta.

Las palas: el implemento, la posición básica, los golpeos y reglas.

ACTIVIDADES DE OPOSICIÓN COLABORACIÓN ( VOLEIBOL)

El deporte colectivo como fenómeno social y cultural.

Deportes colectivos I: el voleibol; características. Cooperación y principios tácticos.

Aplicación de las habilidades básicas en la resolución de problemas motores sencillos originados en la práctica de los juegos deportivos colectivos sin oposición o con oposición

Adquisición de habilidades especificas del deporte: saque, la recepción ,colocación y el remate.

Práctica de voleibol experimentando los diferentes roles de participación que se pueden vivenciar en cada uno de ellos: defensor, atacante.

Aplicación de la normativa y reglamento básicos del voleibol

Adaptación del reglamento para favorecer la práctica, la participación y el aprendizaje.

Aplicación de las habilidades específicas para la resolución de situaciones tácticas individuales y colectivas sencillas.

Aceptación del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como un actitud contra los demás.

Respeto a los roles de cada participante en los juegos deportivas, con mayor consideración a la figura del arbitro, colaborando con su labor y sin cuestionar sus decisiones.

Valorar la mejora personal y la de los demás por encima del resultado.

Aceptación y valoración de las normas.

Aceptación de la competición con los demás como una forma lúdica de desarrollar la actividad físico deportiva, aceptando las reglas, la cooperación y la rivalidad bien entendida.

ACTIVIDADES EN MEDIO NO ESTABLE (ESCALADA)

Escalada en zonas urbanas y en el medio natural.

Elementos de seguridad, materiales, equipamientos en general lugares seguros y peligrosos.

Actividades encaminadas a cuidar el entorno de la escalada.

Posibilidad de degradación del entorno.

ACTIVIDADES ARTISTICO EXPRESIVAS: COREOGRAFÍAS

• Realización de actividades rítmicas, destacando el valor expresivo.

• Práctica de las danzas del mundo en intercambio cultural con las danzas tradicionales autóctonas.

• Práctica de diferentes manifestaciones expresivas.

• Actitud abierta, desinhibida y comunicativa en las relaciones con los demás.

• Predisposición a realizar los bailes y danzas con cualquier compañero o compañera.

• Valoración de la danza como elemento de relación con personas de otras culturas del mundo.

SALUD Y BALANCE ENERGÉTICO

• Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación, el balance energético entre ingesta y gasto calórico.

• Exceso y carencias de la alimentación.

• Obtención de energía.

• Los nutrientes de la dieta.

• La dieta cardiosaludable.

• Análisis crítico de los hábitos propios de la alimentación.

• Elaboración de dietas equilibradas y saludables

3. SECUENCIACIÓN Y TEMPORALIZACIÓN

1ª EVALUACIÓN.

U.D. Nº1: NOS PRESENTAMOS (3 sesión)

• Presentación de la materia, del profesor y de los alumnos.

• Normas de la asignatura.

• Evaluación inicial teórica y práctica.

U.D. Nº 2: CALENTAMIENTO GENERAL Y ESPECÍFICO (integrada en sesiones de condición física)

• El calentamiento específico. Características. Pautas para prepararlo.

• El calentamiento general: efectos y adaptaciones.

• El calentamiento específico: factores y pautas.

• Preparación y puesta en práctica de calentamientos específicos.

• Los procesos de adaptación al esfuerzo.

U.D. Nº 4: NUTRICIÓN (5 sesiones)

• Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación, el balance energético entre ingesta y gasto calórico.

• Exceso y carencias de la alimentación.

• Obtención de energía.

• Los nutrientes de la dieta.

• La dieta cardiosaludable.

• Análisis crítico de los hábitos propios de la alimentación.

• Elaboración de dietas equilibradas y saludables.

U.D. Nº 4: PALAS: (12 sesiones).

• Desarrollo de ejercicios con implementos para la mejora de la coordinación segmentaria. Práctica de actividades deportivo-recreativas con raquetas.

• La recreación a través de las palas.

• Introducción a los deportes de adversario con raqueta.

• Las palas: el implemento, la posición básica, los golpeos y reglas.

• Desarrollo de la técnica y la táctica. El saque, la colocación, el juego desde el fondo de la pista.

• Adaptación del reglamento para favorecer la práctica, la participación y el aprendizaje. Aceptación del resultado.

2ª EVALUACIÓN

U.D. Nº 10 : voleibol. (8 sesiones )

• El deporte colectivo como fenómeno social y cultural.

• Deportes colectivos: el voleibol: características. Cooperación y principios tácticos.

• Aplicación de las habilidades básicas en la resolución de problemas motores sencillos originados en la práctica de los juegos deportivos colectivos sin oposición o con oposición

• Adquisición de habilidades especificas del deporte: el saque, la recepción ,la colocación y el remate.

• Práctica de voleibol, experimentando los diferentes roles de participación que se pueden vivenciar en cada uno de ellos: defensor, atacante, árbitro.

• Aplicación de la normativa y reglamento básicos del voeibol.

• Adaptación del reglamento para favorecer la práctica, la participación y el aprendizaje.

• Aplicación de las habilidades específicas para la resolución de situaciones tácticas individuales y colectivas sencillas.

• Aceptación del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como un actitud contra los demás.

• Respeto a los roles de cada participante en los juegos deportivas, con mayor consideración a la figura del arbitro, colaborando con su labor y sin cuestionar sus decisiones.

• Valorar la mejora personal y la de los demás por encima del resultado.

• Aceptación y valoración de las normas.

• Aceptación de la competición con los demás como una forma lúdica de desarrollar la actividad físico deportiva, aceptando las reglas, la cooperación y la rivalidad bien entendida.

U.D. Nº 12: EXPRESIÓN (6 sesiones)

• Práctica de diferentes manifestaciones expresivas.

• Actitud abierta, desinhibida y comunicativa en las relaciones con los demás.

El cuerpo expresivo.

El rostro expresivo.

Tipos de gesto.

Realización de actividades de composiciones grupales estáticas y dinámicas de forma cooperativa.

Exploración de posibilidades de complementación con otros compañeros utilizando contenidos básicos de expresión (formas corporales, posibilidades de movimientos segmentarios, trayectorias, etc.).

Adaptación del movimiento corporal y del desplazamiento a distintos ritmos.

Secuencias de movimiento grupales adaptadas a distintos ritmos.

Realización de actividades rítmicas utilizando objetos (balones, telas, picas, etc.).

Disposición favorable a trabajos de creación en colaboración con los compañeros.

U.D Nº 7 .- ACTIVIDADES RELACIONADAS CON LA SALUD. (2 sesiones)

• La higiene postural en la actividad física.

• El transporte de mochilas y la educación postural de la espalda.

• Relajación muscular progresiva que permita la distinción entre estados de tensión y relajación muscular. Relación con la competición.

• Realización de ejercicios de estiramiento al final de la sesión.

• Realización de ejercicios de relajación y respiración.

3ª EVALUACIÓN.

U.D. Nº 3: PATINAJE SOBRE RUEDAS

(6 sesiones en la tercera evaluación)

Técnica de desplazamiento

Control del centro de gravedad sobre el pie de apoyo.

Trabajo de coordinación y equilibrio.

Aspectos preventivos, forma de caer, elementos de seguridad pasiva, indumentaria, material de protección.

Motivación.

U.D. Nº 8. – ESCALADA (7 sesiones)

Actividades deportivas en el medio natural.

Elementos básicos de la escalada, equilibrios, agarres etc.

Salidas al medio natural para la realización de actividades físico deportivas en distintos medios.

Valoración de los recursos que brinda el medio natural para su disfrute.

Conservación del medio ambiente.

El equipamiento básico del escalador.

Nociones básicas de meteorología como elementos importantes a la hora del desarrollo de las actividades de escalada.

U.D. Nº 10. — ¿NOS HEMOS SUPERADO?. ( 3 sesiones)

• Toma de conciencia de la propia condición física y predisposición a mejorarla con un trabajo adecuado.

• La condición física: pruebas de valoración de las distintas capacidades físicas.

• Realización de pruebas para valorar el nivel de las distintas capacidades físicas.

• Valoración comparativa al inicio y final de los trabajos de resistencia, fuerza resistencia y flexibilidad.

• Autovaloración de la propia condición física y disposición a realizar actividades para su desarrollo y mantenimiento.

U.D. Nº 11: NOS RECUPERAMOS (2 sesiones).

• Desarrollo de pruebas de recuperación de distintas evaluaciones para la superación de la materia.

NOTA: El número de sesiones propuestas para cada unidad didáctica es orientativo. Es una propuesta y se verá afectado por factores como; ubicación de fiestas, vacaciones, actividades extraescolares tanto de nuestra materia como de otras, etc...

4. METODOLOGÍA Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS PARA ESTE CURSO MATERIA

4.1.- MÉTODOS, ESTILOS Y ESTRATEGIAS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE.

Los métodos utilizados serán la enseñanza-aprendizaje basada en la reproducción de modelos, y la enseñanza-aprendizaje basada en el descubrimiento. No nos decantamos en importancia por uno o por otro. En función de los contenidos, los objetivos y las competencias básicas que se quieran trabajar en cada momento, el profesor utilizara una enseñanza-aprendizaje más próximo a la reproducción que al descubrimiento, o viceversa. Así en iniciación de la técnica deportiva, en habilidades de probada eficacia, en situaciones de riesgo se utilizarán metodologías más directivas, donde el profesor da la solución al alumno y este la reproduce. Sin embargo en el aprendizaje del pensamiento táctico, en expresión corporal, en determinadas habilidades que acepten varias soluciones sin riesgo, utilizaremos una metodología más activa para el alumno, con métodos basados en el descubrimiento.

Asimismo cuando queramos desarrollar en el alumno/a la competencia de conocimiento e interacción con el mundo físico y la competencia social y ciudadana, utilizaremos un modelo más instructivo, y en el desarrollo de otras competencias básicas como el aprender a aprender y la competencia de autonomía e iniciativa personal, utilizaremos métodos más basados en el descubrimiento.

En cuanto a los estilos de enseñanza, dentro de la enseñanza-aprendizaje basada en la reproducción de modelos, podremos dar más protagonismo o menos a los alumnos en función del estilo empleado. Tendremos estilos de enseñanza donde todas las decisiones las toma el profesor como el mando directo o la asignación de tareas. No obstante dentro de este método, existen estilos que dan mayor autonomía a los alumnos/as, tomando más cantidad de decisiones y de gran valor educativo. Es así que nos encontramos estilos como los grupos de nivel, los grupos reducidos, la micro enseñanza y la enseñanza recíproca.

Por su parte el método basado en el descubrimiento, desarrolla dos estilos fundamentales, como son la resolución de problemas y el descubrimiento guiado. El descubrimiento guiado estaría a caballo entre la instrucción directa y la enseñanza por el descubrimiento. El profesor en función de la evolución que tenga el alumno en la búsqueda, irá dando pistas e información para guiar dicha búsqueda hacia el objetivo que se plantea desde el principio. Por otro lado tendríamos la resolución de problemas, muy enfocado al aprendizaje del pensamiento táctico y contenidos de expresión corporal. En este estilo se da un problema que puede tener varias soluciones. Es más individualizado y el profesor no da información al alumno.

Desde el punto de vista de las estrategias a emplear, emplearemos estrategias desde la global a la analítica, pasando por los puntos intermedios. En aquellos contenidos donde queramos ahorrar tiempo en su adquisición para su posterior aplicación en juego, en los que la seguridad sea un aspecto importante y en aquellos donde exista una única solución de probada eficacia, se emplearán estrategias más próximas a las analíticas. En los contenidos donde no haya una solución establecida, en contenidos de expresión, en contenidos donde se trabaje el pensamiento táctico, se emplearás estrategias más globales. Este paso de estrategias analíticas a globales se hará progresivamente, para que el alumno/a saque el máximo provecho a los aspectos positivos de cada una de ellas.

4.2.- ESTRUCTURA Y ORGANIZACIÓN DE LA CLASE.

Dentro de la libertad de cada profesor para la organización de la clase, si son destacables una serie de recomendaciones adaptadas a las características del centro, tanto por la organización del mismo, por el tipo de alumnado y su madurez, y por las características arquitectónicas. Es así que recomendamos que la clase se organice y se estructure bajo los siguientes criterios.

• El profesor/a podrá recogerá a los alumnos/as en clase o recibirlos directamente en las instalaciones deportivas. Este primer encuentro servirá para dar una pequeña explicación de la sesión, corregir tareas ya vistas o iniciar las nuevas. En este momento se podrá evaluar el grado de compromiso de los alumnos con los contenidos conceptuales y actitudinales observando si estos han traído el chándal, la camiseta de recambio y la puntualidad.

• Pasada esta primera parte, los alumnos/as se dirigirán al gimnasio o pista deportiva. En ellas se desarrollará la parte práctica de la sesión.

• La sesión práctica se estructurará en tres partes fundamentales: calentamiento, parte principal y vuelta a la calma.

• Al finalizar la sesión se podrá optar por que, los alumnos/as en función de su madurez, vuelvan por solos a su aula, o acompañados por el profesor si hiciese falta. El profesor/a garantizará lo máximo posible que el alumno desarrolle hábitos higiénicos de cambio de indumentaria, siempre y cuando el tiempo para ello no supere los 5 minutos.

4.3.- FUNCIÓN DEL PROFESOR.

El papel del profesorado será el de diseñador-director, guía en el proceso de enseñanza-aprendizaje, no como presentador de conocimientos acabados. El profesor o profesora de Educación física ha de ser una combinación entre el material curricular que se presenta, el diseño de las actividades prácticas y los alumnos y alumnas, y dar prioridad a la motivación durante dicho proceso.

Para ello, el profesorado debe:

1. Organizar los contenidos que va a desarrollar durante el curso escolar aplicando la programación del departamento y atendiendo al nivel de enseñanza de los alumnos y alumnas.

2. Planificar las actividades para evaluar los conocimientos previos de los alumnos y alumnas, para modificar las concepciones iniciales.

3. Proponer distintas actividades de aprendizaje para atender a la diversidad.

4. Favorecer la motivación buscando la «distancia óptima» entre los conocimientos que ya posee el alumnado y los nuevos contenidos.

5. Promover la actividad mental del alumnado y reconocer sus logros, por lo que debe permitir que elija entre varias opciones y enseñarle a trabajar en grupo.

Para ello, el profesor deberá estar informado en todo momento del estado pisco-físico del alumnado. Es por ello que no solo la transmisión de información por parte del tutor/a es indispensable, sino la propia información que los alumnos/as den al propio profesor, tanto de forma oral, diciendo en todo momento, posibles anomalías que les pudieran ocurrir, como de forma escrita, a través de notas de las familias o del médico a través de informes y certificados del mismo.

En esta línea, el profesor al principio del curso dará a conocer y publicará las normas de la materia de Educación Física, donde se informará del material a traer, qué hacer cuando se tiene alguna patología que no permita el normal funcionamiento en las clases prácticas, los procedimientos e instrumentos de evaluación, la prueba de septiembre y la pérdida de la evaluación continua y sus consecuencias. El alumno estará obligado a informar al profesor en cualquier momento de cualquier patología por insignificante que esta sea.

Debido a que los exentos en Educación Física no existen en la actualidad, si un alumno/a presenta un informe médico describiendo la situación del mismo, el profesor con esa información elaborará una adaptación de la práctica que se esté trabajando y orientará al alumno/a de otras formas de trabajar los contenidos impartidos en ese momento. En determinados casos, las clases de Educación Física pueden servir como sesiones de rehabilitación de determinadas lesiones o patologías. En este sentido será el profesor y no el médico el que determine que ejercicios puede o no hacer.

5. RECURSOS DIDÁCTICOS

A nivel general los recursos didácticos con los que contará el departamento para una correcta ejecución de la programación serán los siguientes.

5.1 RECURSOS TECNOLÓGICOS Y AUDIOVISUALES.

El departamento cuenta con los siguientes recurso tecnológicos y audiovisuales;

• Equipo de música con reproductor de MP3 y CDs.

• Vídeos de diferentes disciplinas deportivas.

Además a nivel general el centro cuenta con una serie de recursos tecnológicos y audiovisuales en casi todas las aulas que podrán ser utilizadas de forma puntual.

5.2 RECURSOS MATERIALES.

5.2.1 INSTALACIONES.

• Gimnasio cubierto.

• Dos pistas exteriores en el IES Luis Buñuel

• Tres pistas exteriores en el CEIPSO Miguel de Cervantes, una de ellas con el suelo de arena.

5.2.2 GRAN MATERIAL.

5.2.2.1 FIJO

• Porterías de balonmano exteriores

• Canastas de baloncesto exteriores

• Espalderas .

5.2.2.2 MÓVIL.

• Postes de voleibol

• Plintos

• Colchonetas grandes

• Colchonetas pequeñas

• Trampolines

• Bancos suecos

• Minitramp

• Postes de bádminton

• Vallas de atletismo

5.2.2.3 PEQUEÑO MATERIAL.

- BALONES Y PELOTAS.

• De fútbol-sala .

• De fútbol 11

• De baloncesto

• De balonmano

• De voleibol

• De tenis

• Medicinales

• De unihockey

• Volantes de bádminton

• Pelotas de foam

- DEPORTES ALTERNATIVOS.

• Palos de unihockey

• Discos voladores

• Indiacas.

• Aros

- RAQUETAS Y PALAS.

• Raquetas de bádminton

• Palas de playa

- MATERIAL DE MUSCULACIÓN Y FITNESS.

• Esterillas

• Picas

- OTRO MATERIAL

• Juegos de pivotes señalizadores

• Redes de voleibol

• Brújulas

• Porterías de unihockey.

• Bolas de peso

• Testigos de atletismo

• Compresor

• Cintas métricas

• Agujas de inflar

• Cronómetro

• Petos

MATERIALES CURRICULARES

Para ahorrar en libros de texto y adaptar al máximo los contenidos a los alumnos/as, los apuntes de la materia se colgarán en la página web del Instituto y se facilitará una copia de los mismos por clase. El alumno deberá descargarse los temas oportunos, los trabajos, consultar las páginas recomendadas y el resto de información.

Toda la documentación proporcionada por el profesor se deberá adjuntar en una carpeta de plástico y estará debidamente organiza.

6. CONTRIBUCIÓN DE ESTA MATERIA A LAS COMPETENCIAS CLAVE

Este curso está encaminado a adquirir las competencias estipuladas en la nueva ley educativa LOMCE. Entendemos por competencias aquellos aprendizajes fundamentales que orientan al alumnado no sólo en el conocimiento de unos contenidos sino en el manejo efectivo de una serie de habilidades cognitivas, emocionales y sociales que pretenden contribuir a su desarrollo personal y a su capacidad de convivencia en sociedad. Entendemos que la materia de Lengua Castellana y Literatura es fundamental para el desarrollo de estas habilidades.

Es evidente que la competencia lingüística vertebra todo el contenido de la materia. Adquirir las destrezas fundamentales de comunicación, tanto de forma oral como de forma escrita son fundamentales para la integración social de las personas. Algunos contenidos que contribuyen a adquirir esta competencia son: la expresión oral y escrita en el intercambio comunicativo y a través del vocabulario específico que aporta.

La competencia matemática y científica y tecnológica también vertebra el contenido de la materia al ser otra de las habilidades clave que el alumnado necesita para desenvolverse en su vida cotidiana. En esta materia, tratamos nociones de este ambito como son la intensidad y el volumen dentro del trabajo de resistencia o numéricos como son los resultados, las anotaciones de las diversas competiciones o el control del tiempo en las pruebas físicas, que contribuyen en gran medida a desarrollar esta competencia.

La competencia básica de aprender a aprender, que está presente en esta materia y se valora su desarrollo por ejemplo aplicando las habilidades específicas adquiridas a situaciones reales de práctica de actividades físico-deportivas prestando una especial atención a los elementos perceptivos, de toma de decisión y de ejecución. O al utilizar los elementos de percepción, toma de decisión y ejecución para la resolución de problemas motores propios de los deportes individuales y colectivos

Las plataformas digitales donde descargarse los contenidos a estudiar, las herramientas de búsqueda y selección de información, el análisis de datos y gráficos, los medios de comunicación, el manejo de procesadores de textos o power point, etc. contribuyen al desarrollo de la compentencia digital.

La Educación Física contribuye decisivamente al desarrollo de la competencia social y cívica, en multiples aspectos como en:

Aceptar la competición como una forma lúdica de realizar actividades físico-deportivas, valorando la mejora.

Conocer y respetar las normas y reglas de juego en la práctica de actividades físicodeportivas.

Participar de forma activa en la consecución de objetivos en juegos y deportes, y en actividades relacionadas con la materia en general, respetando a compañeros, materiales e instalaciones.

Mostrar una actitud de tolerancia y deportividad por encima de la búsqueda desmedida de la eficacia, tanto en el plano de participante como de espectador.

También nuestra materia ayuda progresar en el sentido de la iniciativa y espíritu emprendedor. El alumnado desarrollará y confeccionará de manera autónoma actividades de calentamiento de carácter general, personalizado para cada persona y actividad a desarrollar así como la participación en diversas actividades de forma activa para la consecución de objetivos en juegos y deportes, y en actividades relacionadas con la materia en general, respetando a compañeros, materiales e instalaciones, de forma desinhibida y constructiva. Así como en el trabajo en las actividades de expresión corporal e improvisación, colaborando con sus compañeros para comunicar, sensaciones, estados de ánimo e ideas.

Por último, también a través de interpretación, del lenguaje gestual y de las actividades rítmicas e incluso de los juegos y deportes populares se contribuye de forma relevante al desarrollo de la conciencia y expresión culturales entendidas como aproximación a un patrimonio esencial del ser humano.

7. CRITERIOS DE EVALUACIÓN Y ESTÁNDARES DE APRENDIZAJE EVALUABLES

• Resolver situaciones motrices individuales aplicando los fundamentos técnicos y habilidades específicas, de las actividades físico-deportivas propuestas, en condiciones reales o adaptadas.

• Aplica los aspectos básicos de las técnicas y habilidades específicas, de las actividades propuestas, respetando las reglas y normas establecidas.

• Autoevalúa su ejecución con respecto al modelo técnico planteado.

• Describe la forma de realizar los movimientos implicados en el modelo técnico.

• Mejora su nivel en la ejecución y aplicación de las acciones técnicas respecto a su nivel de partida, mostrando actitudes de esfuerzo, auto exigencia y superación.

• Explica y pone en práctica técnicas de progresión en entornos no estables y técnicas básicas de orientación, adaptándose a las variaciones que se producen, y regulando el esfuerzo en función de sus posibilidades.

• Interpretar y producir acciones motrices con finalidades artístico-expresivas, utilizando técnicas de expresión corporal y otros recursos.

• Utiliza técnicas corporales, de forma creativa, combinando espacio, tiempo e intensidad.

• Crea y pone en práctica una secuencia de movimientos corporales ajustados a un ritmo prefijado.

• Colabora en el diseño y la realización de bailes y danzas, adaptando su ejecución a la de sus compañeros.

• Realiza improvisaciones como medio de comunicación espontánea.

• Resolver situaciones motrices de oposición, colaboración o colaboración oposición, utilizando las estrategias más adecuadas en función de los estímulos relevantes.

• Adapta los fundamentos técnicos y tácticos para obtener ventaja en la práctica de las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición propuestas.

• Describe y pone en práctica de manera autónoma aspectos de organización de ataque y de defensa en las actividades físico-deportivas de oposición o de colaboración-oposición seleccionadas.

• Discrimina los estímulos que hay que tener en cuenta en la toma de decisiones en las situaciones de colaboración, oposición y colaboración-oposición, para obtener ventaja o cumplir el objetivo de la acción.

• Reflexiona sobre las situaciones resueltas valorando la oportunidad de las soluciones aportadas y su aplicabilidad a situaciones similares.

• Reconocer los factores que intervienen en la acción motriz y los mecanismos de control de la intensidad de la actividad física, aplicándolos a la propia práctica y relacionándolos con la salud.

• Analiza la implicación de las capacidades físicas y las coordinativas en las diferentes actividades físico-deportivas y artístico-expresivas trabajadas en el ciclo.

• Asocia los sistemas metabólicos de obtención de energía con los diferentes tipos de actividad física, la alimentación y la salud.

• Relaciona las adaptaciones orgánicas con la actividad física sistemática, así como, con la salud y los riesgos y contraindicaciones de la práctica deportiva

• Adapta la intensidad del esfuerzo controlando la frecuencia cardiaca correspondiente a los márgenes de mejora de los diferentes factores de la condición física.

• Aplica de forma autónoma procedimientos para autoevaluar los factores de la condición física.

• Identifica las características que deben tener las actividades físicas para ser consideradas saludables, adoptando una actitud crítica frente a las prácticas que tienen efectos negativos para la salud.

• Desarrollar las capacidades físicas de acuerdo con las posibilidades personales y dentro de los márgenes de la salud, mostrando una actitud de auto exigencia en su esfuerzo.

• Participa activamente en la mejora de las capacidades físicas básicas desde un enfoque saludable, utilizando los métodos básicos para su desarrollo.

• Alcanza niveles de condición física acordes a su momento de desarrollo motor y a sus posibilidades.

• Aplica los fundamentos de higiene postural en la práctica de las actividades físicas como medio de prevención de lesiones.

• Analiza la importancia de la práctica habitual de actividad física para la mejora de la propia condición física, relacionando el efecto de esta práctica con la mejora de la calidad de vida.

• Desarrollar actividades propias de cada una de las fases de la sesión de actividad física, relacionándolas con las características de las mismas.

• Relaciona la estructura de una sesión de actividad física con la intensidad de los esfuerzos realizados.

• Prepara y realiza calentamientos y fases finales de sesión de forma autónoma y habitual.

• Prepara y pone en práctica actividades para la mejora de las habilidades motrices en función de las propias dificultades.

• Reconocer las posibilidades de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas como formas de inclusión social, facilitando la eliminación de obstáculos a la participación de otras personas independientemente de sus características, colaborando con los demás y aceptando sus aportaciones.

• Muestra tolerancia y deportividad tanto en el papel de participante como de espectador.

• Colabora en las actividades grupales, respetando las aportaciones de los demás y las normas establecidas, y asumiendo sus responsabilidades para la consecución de los objetivos.

• Respeta a los demás dentro de la labor de equipo, con independencia del nivel de destreza.

• Reconocer las posibilidades que ofrecen las actividades físico-deportivas como formas de ocio activo y de utilización responsable del entorno.

• Conoce las posibilidades que ofrece el entorno para la realización de actividades físicodeportivas.

• Respeta el entorno y lo valora como un lugar común para la realización de actividades físicodeportivas.

• Analiza críticamente las actitudes y estilos de vida relacionados con el tratamiento del cuerpo, las actividades de ocio, la actividad física y el deporte en el contexto social actual.

• Controlar las dificultades y los riesgos durante su participación en actividades físico-deportivas y artístico-expresivas, analizando las características de las mismas y las interacciones motrices que conllevan, y adoptando medidas preventivas y de seguridad en su desarrollo.

• Identifica las características de las actividades físico-deportivas y artístico-expresivas propuestas que pueden suponer un elemento de riesgo para sí mismo o para los demás.

• Describe los protocolos a seguir para activar los servicios de emergencia y de protección del entorno.

• Adopta las medidas preventivas y de seguridad propias de las actividades desarrolladas durante el ciclo, teniendo especial cuidado con aquellas que se realizan en un entorno no estable.

• Utilizar las tecnologías de la información y la comunicación en el proceso de aprendizaje, para buscar, analizar y seleccionar información relevante, elaborando documentos propios, y haciendo exposiciones y argumentaciones de los mismos.

• Utiliza las tecnologías de la información y la comunicación para elaborar documentos digitales propios (texto, presentación, imagen, video, sonido,…), como resultado del proceso de búsqueda, análisis y selección de información relevante.

• Expone y defiende trabajos elaborados sobre temas vigentes en el contexto social, relacionados con la actividad física o la corporalidad, utilizando recursos tecnológicos.

7.1. CONTENIDOS Y MÍNIMOS EXIGIBLES PARA LA EVALUACIÓN POSITIVA

Los mínimos exigibles para la superación de la materia de educación física en 1º de ESO serán los siguientes:

1.- Desarrollar un calentamiento general identificando y diferenciando los siguientes elementos: fases, temporalización (fases y ejercicios), ejercicios, repeticiones y progresión.

2.- Mejorar los niveles de flexibilidad tomados al principio de curso y ser capaces de llevar a cabo una carrera de 15 minutos de forma continua a ritmo individual.

3.- Realizar los patrones técnicos de pase, recepción, conducción y tiro a portería, de un deporte como el balonmano con eficacia y fluidez.

4.- Tener un dominio básico de los golpeos de palas, manteniendo un juego dinámico durante 10 golpeos.

5 – Ser capaz de realizar un itinerario de escalada en el medio natural.

6.- Elaborar un mensaje individual dado utilizando el cuerpo y el gesto como herramientas a través del mimo, la danza, el gesto o la dramatización, haciendo que el receptor del mensaje lo entienda.

7.- Desarrollar actitudes y hábitos positivos relacionados con la educación física como el respeto, la cooperación, participación e higiene.

8. PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS DE EVALUACIÓN

La clasificación de los instrumentos y procedimientos de evaluación hechos por el departamento para este nivel es la siguiente:

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS EXPERIMENTALES.

• Pruebas de condición física (por ejemplo, el test de salto horizontal).

• Pruebas de coordinación motora (por ejemplo una prueba de agilidad).

• Pruebas de ejecución (por ejemplo, la ejecución de una voltereta hacia delante).

• Pruebas de expresión (por ejemplo, el desarrollo de una coreografía o un ejercicio de expresión corporal, sin solución dada).

• Exámenes escritos.

• Preguntas orales.

• Corrección de ejercicios y fichas.

• Trabajos teóricos.

PROCEDIMIENTOS E INSTRUMENTOS OBSERVACIONALES.

• Listas de control a través de observación sistemática (por ejemplo, trae el material, sí o no; se cambia de camiseta, sí o no)

• Registro anecdótico ( por ejemplo, un alumno no practica por encontrarse indispuesto, o, una alumna ha tenido la iniciativa de colaborar en la recogida del material).

• Instrumentos de escala cuantitativa sobre variables relativas a la disposición hacia la asignatura; interés, actitud crítica y participación, y variables relativas al respeto personal y a las normas del departamento (relativas al material).

• Lista de verificación sobre las variables relativas a otras normas del departamento; como asistencia, puntualidad, higiene personal y correcto equipamiento:

• Escalas de evaluación: la más utilizada es la numérica (por ejemplo; el alumno ha alcanzado un 7 sobre 10 en la ejecución de una tarea)

9. CRITERIOS DE CALIFICACIÓN

La calificación de los alumnos/as sobre 10, se obtendrá de la descomposición de la misma en tres bloques:

BLOQUE A o PRÁCTICO 4,00 puntos (40%). Estará compuesto por:

• PRUEBAS DE HABILIDADES DEPORTIVAS (2,5 puntos).

• PRUEBAS Y SESIONES DE CONDICIÓN FÍSICA (1,5 puntos)

BLOQUE B o TEÓRICO 3,00 puntos (30%). Estará compuesto por:

• EJERCICIOS TEÓRICOS, PREGUNTAS ORALES, EXÁMENES, FICHAS y ENTREGA DE TRABAJOS. (1 punto)

BLOQUE C o ACTITUDINAL 3,00 puntos (30%).

Las actitudes observadas serán:

.-Elementos de higiene corporal como camiseta de recambio 1%

-. Material adecuado (chandal, zapatillas, camiseta)0,5%

-. Participación en la sesión.0,5%

-. Respeto a los compañeros, profesor y material.0,5%

-. Colaboración en la clase.0,5%

Estas actitudes se valorarán con:

• Listas de observación sistemática y escala cuantitativa sobre variables relativas a la disposición hacia la asignatura; interés, actitud crítica y participación, y variables relativas al respeto personal y a las normas del departamento (relativas al material).

• Lista de verificación sobre las variables relativas a otras normas del departamento; como asistencia, puntualidad, higiene personal y correcto equipamiento: Los alumnos/as deberán tener una presencia limpia y adecuada (aseo personal, equipamiento deportivo adecuado, cambio de ropa deportiva,....). La no realización de la práctica física por falta de equipamiento deportivo adecuado implica que el alumno deba recoger los ejercicios y explicaciones teórico-prácticas expuestas en clase, con el fin de garantizar el mayor aprovechamiento académico del alumno o a ayudar en las tareas que el profesor considere oportuno según las necesidades de la sesión.

Para la valoración de la actitud, cada alumno/a partirá con un total de 3 puntos al inicio de la evaluación, que deberá conservar atendiendo a las actitudes anteriormente descritas. Estos 3 puntos se dividirán en;

Escala cuantitativa resultante valorada en cada sesión (máximo 1,5 puntos):

Interés y actitud crítica.

Participación.

Respeto.

Utilización del material.

La apreciación de la actitud del profesor sobre estas variables, ayudarán a determinar la calificación, que supondrá 1,5 de los 3 puntos que le corresponden a la actitud en la calificación de la materia, de la siguiente forma:

Lista de verificación en cada sesión (máximo 1,5 puntos)

Falta sinjustificar. -0.4

No realización de práctica deportiva sin justificar -0,4

Falta de equipamiento deportivo adecuado (chándaly/ozapatillas) -0,2

Mal uso del equipamiento deportivo(zapatillas desabrochadas ,etc.) -0.1

Retraso. -0.1

Falta de cambio de camiseta. -0.2

La nota final de evaluación, se obtendrá sumando cada uno de los apartados. La evaluación positiva se obtendrá sumando 5 ó más de 5 puntos. No obstante dicha suma no se podrá hacer efectiva siempre que en cada uno de los bloques no se alcance el 30% del total de cada uno de ellos (es decir que si cada bloque lo puntuamos sobre 10, el alumno/a deberá sacar un mínimo de 3 para hacer media con el resto).

Siempre que sea necesario el redondeo de la nota, se realizará el redondeo matemático, excepto para el 5 al que se deberá llegar para superar la evaluación o el curso.

Los alumnos que no puedan realizar las prácticas correspondientes a las clases de Educación Física, tendrán que presentar una SOLICITUD de exención práctica de Educación Física que deberá ir acompañada del respectivo CERTIFICADO MÉDICO OFICIAL, en el que se indicará si la exención práctica será total o sólo limitada a determinados ejercicios o actividades, especificando cuáles. Dichos alumnos/as sólo quedan eximidos, total o parcialmente, de la realización de las clases prácticas, pero no de la asistencia a clase ni de la parte teórica de la asignatura.

Estos alumnos/as serán evaluados a nivel conceptual a través de los controles teóricos como el resto de los alumnos, supliendo la parte práctica mediante la presentación de “Diarios de Clase” y/o “Trabajos” acordes con los temas que se están tratando en la práctica y responder a las preguntas que sobre los mismos se les hagan; y a nivel actitudinal en relación con su interés/esfuerzo, asistencia a clase, ayuda y colaboración con el profesor durante las clases, etc. (ver en medidas de atención a la diversidad).

10. ACTIVIDADES DE RECUPERACIÓN y EVALUACIÓN DE PENDIENTES.

RECUPERACIÓN DE LAS EVALUACIONES:

Los alumnos/as que suspendan una evaluación podrán recuperarla en el siguiente trimestre o en junio.

El profesor determinará en cada caso que pruebas, actividades o tareas debe realizar cada alumno para recuperar. Como norma general tendrá que realizar la recuperación de los contenidos que hayan propiciado el suspenso en dicha evaluación, contenidos prácticos y/o teóricos.

En junio deberán examinarse aquellos alumnos con una o varias evaluaciones suspensas y de los contenidos que propiciaron esos suspensos.

Si después de estos exámenes de junio sigue sin aprobar una o varias evaluaciones deberá acudir a la convocatoria de septiembre.

EVALUACIÓN DE PENDIENTES.

Para la recuperación de la materia de Educación Física de 3º de ESO, se desarrollará el siguiente procedimiento.

**Deberá aprobar la primera y segunda evaluación del curso siguiente.**

Los criterios de calificación para la recuperación de la materia pendiente será el siguiente:

A.- La media de las pruebas teóricas representará un 30% del total de la nota. Se obtendrá de la media de la nota del trabajo teórico de la primera evaluación y del pasado en la primera prueba de pendientes, o de la media de los exámenes de pendientes en las dos pruebas desarrolladas.

B.- La media de las pruebas prácticas representará un 40% del total de la nota. Esta se obtendrá de la nota de condición física (10%) de la primera evaluación del curso en desarrollo y de la prueba de habilidades específicas (30%)pasada en la primera prueba de pendientes, o la media de las pruebas prácticas, tanto de condición física (10%) como de habilidades específicas (30%) desarrolladas en las dos pruebas de pendientes.

C.- La actitud representará el 30% del total de la nota. Esta nota se obtendrá de la valoración de la actitud de la primera evaluación, o de la primera y segunda en el caso en el que la evaluación de la materia pendiente se extienda hasta Mayo.

La nota final de la recuperación, saldrá de la suma de los tres apartados anteriores. No obstante no se hará dicha suma si no se llega un 3 en cada uno de los apartados anteriormente descritos, suspendiendo directamente la recuperación de la materia pendiente.

Las fechas concretas de realización de las pruebas, así como las pruebas específicas se darán a conocer a los alumnos/as lo antes posible para su preparación.

11. ESTRUCTURA DE LA PRUEBA DE JUNIO

PRUEBA DE JUNIO: Los alumnos/as que tengan que presentarse a la prueba de junio deberán realizar:

• Trabajo teórico de toda la materia del curso. Los alumnos deben presentar todos los trabajos de desarrollo teórico que se realizaron en el curso. (30%)

• Realizar test de condición física. Se priorizará la prueba de resistencia aeróbica sobre el resto en el caso de no disponer de suficiente tiempo para la prueba. (20%)

• Realizar pruebas de habilidades motrices desarrolladas a lo largo del curso. (50%)

La nota final de la convocatoria se obtendrá de realizar la suma de los tres bloques. Para superar la materia la suma debe ser igual o superior a 5, y que la nota mínima en cada bloque no sea inferior a 3.

Se recomienda que el profesor informe al alumno en Junio, de cómo será dicha prueba. En el caso de que el profesor no comunique las características de la prueba de septiembre, significará que debe realizar todos los mecanismos anteriormente citados. En el caso que el alumno/a presente una patología o lesión que le impida realizar las pruebas de condición física y habilidades específicas, deberá entregar un certificado médico oficial de su problema físico al comienzo de la prueba extraordinaria. En este caso la prueba de junio consistirá en:

A.- EXAMEN TEÓRICO ESCRITO de los contenidos del curso. (60 % )

B.- EXPOSICIÓN TEÓRICA de elementos técnico-tácticos expuestos a lo largo del curso sobre las habilidades específicas impartidas. (40 % )

La nota final de la convocatoria se obtendrá de realizar la suma de los tres bloques. Para superar la materia la suma debe ser igual o superior a 5, y que la nota mínima en cada bloque no sea inferior a 3.

12. PROCEDIMIENTO DE COMUNICACIÓN CON LAS FAMILIAS.

Los mecanismos de comunicación con las familias serán los siguientes:

-. Boletines de evaluación.

-. Mensajes a través de la aplicación informática.

-. Comunicaciones telefónicas.

-. Transmisión de información a través de las agendas de los alumnos/as.

-. Publicación de documentos en la página web del Centro.

-. Circulares informativas.

13.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD

Es perfectamente constatable en el aula el hecho de que no todos los alumnos aprenden igual. Los aprendizajes previos, el nivel de maduración, la situación personal y familiar, los factores genéticos y de desarrollo son algunos de los aspectos que pueden marcar diferencias entre nuestros alumnos a la hora de aprender.

La tradicional concepción de la enseñanza, cuyo objeto se centraba en la consecución de unos contenidos marcados, ha incidido poco en la forma de aprender que tiene cada alumno, de forma que el fracaso se ha identificado con la no consecución de dichos contenidos sin prestar tanta atención a las características que condicionan el aprendizaje de cada uno.

Integrar ambos factores –cumplimiento de unos contenidos en consonancia con las características individuales del alumno- debe aumentar el éxito del proceso de enseñanza-aprendizaje al tener en cuenta más elementos de los que lo constituyen.

A los factores que inciden de forma más o menos homogénea en la mayor parte de las disciplinas de carácter teórico –desarrollo intelectual, pensamiento abstracto, capacidad de síntesis, razonamiento lógico…- se suman en nuestra materia aquellos que vienen condicionados por el carácter eminentemente práctico de los contenidos impartidos. El caso típico del alumno que, teniendo brillantes éxitos en el resto de las áreas, fracasa en la nuestra por limitaciones de carácter físico (obesidad principalmente) o motor es un ejemplo con el que a menudo hemos de enfrentarnos.

Y no sólo en el caso anterior. La riqueza y variedad del carácter de los contenidos (condición física, cualidades, motrices, deportes individuales y colectivos, expresión..) unidas a la gran importancia de los factores actitudinal y de relación dentro del trabajo en clase implican una gran variedad de respuestas en nuestros alumnos que muchas veces no vienen condicionadas simplemente por la no realización de una tarea o la consecución de un objetivo.

Como valoración inicial y punto de partida, la tendencia hacia una individualización del proceso de enseñanza se nos plantea como la clave para superar la gran diversidad en el aprendizaje que podemos observar en el alumnado, acercando los contenidos a sus capacidades y posibilidades.

La programación del departamento, debe asumir una orientación educativa integral y personalizada, y reflejarla estableciendo prioridades en los objetivos, diseñando estrategias didácticas adecuadas, así como criterios de evaluación y promoción que favorezcan una mayor posibilidad de individualización e integración. También deberá establecer medidas concretas, en función de las características de cada centro, para el tratamiento de la diversidad.

13.1.-FACTORES CONDICIONANTES DEL APRENDIZAJE EN EDUACIÓN FÍSICA.

Para poder reflejar en nuestra programación medidas que acerquen la enseñanza a las características de cada alumno debemos definir cuales son los factores que van a condicionar el aprendizaje. El ritmo de dicho aprendizaje viene marcado por:

a.- Grado de desarrollo motor: además del desarrollo intelectual, que afecta al aprendizaje en la mayor parte de las áreas, el grado de maduración motriz de nuestros alumnos a estas edades es un factor de gran importancia.

Este periodo, caracterizado por el inicio de la adolescencia, está marcado por la aparición de notables diferencias de desarrollo evolutivo entre nuestros alumnos. Si en los años anteriores existía un nivel de desarrollo más o menos homogéneo, es en estas edades cuando empiezan a aparecer diferencias individuales, fruto de la variedad en la rapidez de crecimiento entre unos y otros. En estas edades, las chicas experimentan un mayor desarrollo, especialmente de las capacidades coordinativas, siendo más tardía el de los chicos.

Además de los rasgos propios del sexo, el desarrollo se manifiesta de forma distinta entre nuestros alumnos, dando origen a notables diferencias individuales. Aunque todos los alumnos tengan la misma edad biológica, podemos encontrar casos en los que ya se haya dado el estirón y se produzca un rendimiento motor de gran eficacia, junto a otros en los que apenas se noten diferencias respecto al año anterior, por darse un desarrollo más lento. Es frecuente encontrar dos alumnos con la misma edad y con niveles de desarrollo diferenciados: uno alto, con los rasgos puberales característicos ya definidos (cambio en las proporciones corporales, aumento de estatura, mayor rendimiento en cuanto a capacidades física, desarrollo de los rasgos sexuales) y otro en los que todavía no se hayan producido.

No podemos, por tanto, establecer un mismo nivel de exigencia para todos los casos, ya que irá en perjuicio de aquellos alumnos con un nivel de desarrollo más lento.

B.- Características individuales. El factor genético no solo afecta a la velocidad en el desarrollo. Hay alumnos mejor dotados de forma innata para la actividad física que otros. Debemos tener en cuenta que no es culpa del alumno ser “gordo” o “patoso” y no poder llegar a donde otros llegando por decisión personal, sino por imperativos de su constitución o eficacia motriz innata.

Cada día son más frecuentes los casos de asma y alergias entre nuestros alumnos; esto condiciona su rendimiento, especialmente en cuando a la eficacia cardiorrespiratoria, por causas ajenas a su voluntad. La adaptación de la tarea a sus posibilidades evita aumentar la sensación de fracaso que el alumno encuentra al estar limitado.

C.- Experiencias previas. La eficacia en las tareas puede venir también motivada por el bagaje motriz que cada alumno tenga tras de sí. Algunos alumnos han recibido una Educación Física correctamente adaptada a sus posibilidades evolutivas en etapas anteriores, o vienen practicando aprendizajes de habilidades específicas, especialmente a través de la práctica deportiva en clubes, mientras que otros están condicionados porque su aprendizaje no ha sido tan notable al no haber realizado actividades aparte de la Educación Física escolar o ha ver sido esta limitada o no adecuada a su nivel de desarrollo. Hemos de resaltar en este último caso la incidencia que en nuestros alumnos pueden tener las experiencias negativas anteriores, generando un temor o recelo ante la actividad que puede ser superado con una adecuada orientación de la enseñanza. El entorno que rodea al alumno/a tanto social como familiar, también condiciona su disposición y motivación hacia la práctica de actividades físicas.

Los factores indicados determinan las características y posibilidades de cada uno de nuestros alumnos frente al área. Por su puesto, no podemos analizarlos o pretender aislarlos entre sí, ya que suelen darse interrelaciones entre los mismo. Debemos tenerlos en cuenta para evitar un sesgo no determinado por la voluntad del chico, sino por factores que condicionan su actividad. El planteamiento del proceso de enseñanza debe atender a las posibilidades de aprendizaje del alumno. Hemos de destacar que en la atención a la diversidad no debemos centrarnos solamente en aquellos casos que supongan un retraso en el aprendizaje respecto a la media de los alumnos, sino también en todos aquellos que, por sus características genéticas y de desarrollo o por sus experiencias previas, presenten una mayor facilidad para la asimilación y ejecución de tareas.

La tendencia hacia la individualización de la enseñanza debe incidir sobre todos los alumnos, favoreciendo el refuerzo de los aprendizajes en aquellos casos con dificultades y evitando el estancamiento en los alumnos más favorecidos.

13.2.- MEDIDAS DE ATENCIÓN A LA DIVERSIDAD EN EDUCACIÓN FÍSICA.

Los aspectos tratados en el punto anterior reflejan los condicionantes que presentan nuestros alumnos a la hora de trabajar en clase. A continuación abordaremos los puntos que podemos considerar en nuestra programación para disminuir las diferencias no atribuibles directamente al trabajo que el alumno realiza en el aula. Todos ellos pasan por acercar el currículo a las características individuales de cada uno de ellos, favoreciendo la individualización de la enseñanza. Hemos de destacar que no se pretende disminuir el grado de exigencia, sino flexibilizarlo y dar al alumno distintos caminos u opciones para la consecución de los objetivos marcados.

Dentro de las posibilidades que tenemos de atención a la diversidad podemos distinguir:

A.- OPTATIVIDAD. Pretende favorecer que los alumnos desarrollen las mismas capacidades de los objetivos generales de la etapa siguiendo caminos diferentes, a través de materias optativas ofertadas por el centro. Es por ello que se trata de una medida de centro.

B.- DIVERSIFICACIÓN CURRICULAR. Planteada para casos excepcionales de alumnos con dificultades para terminar la Educación Secundaria Obligatoria habiendo cumplido los dieciséis años. También se considera como una medida de centro.

C.- ADAPTACIÓN CURRICULAR. El modelo de elaboración del currículo permite realizar adaptaciones que, a través de modificaciones en el currículo de cada área, flexibilicen las condiciones del proceso de enseñanza para posibilitar el aprendizaje de cada alumno. Es la labor del profesor en el aula la que va a concretar dicha adaptación, reflejándola en los distintos aspectos del Proyecto Curricular y, más concretamente, en la programación.

D.- ORGANIZACIÓN DE LOS RECURSOS PERSONALES Y MATERIALES DIRIGIDOS A LOS ALUMNOS CON NECESIDADES EDUCATIVAS ESPECIALES (ACNEES). En aquellos centros acogidos a un programa de integración deberá reflejarse en el PCC una serie de medidas destinadas a posibilitar y facilitar el acceso de dichos alumnos a una vida escolar adaptada a sus características. Si bien esto corresponde a la organización general del centro, en nuestra área, debido al carácter específico que la distingue del resto, pueden realizarse determinadas adaptaciones que favorezcan el proceso de integración.

En cualquier caso, consideramos que la atención a la diversidad no debe ser un planteamiento genérico que se plasme circunstancialmente en algunos aspectos de la enseñanza, sino un proceso reflexivo y sistematizado que impregne toda la labor docente. Algunas características que debe reunir son:

1. Debe plantearse de forma anticipada. Como hemos dicho anteriormente, no puede consistir en pequeños cambios introducidos por el profesor en situaciones concretas. Estos cambios han de producirse como complemento de un planteamiento global reflejado en la programación.

2. Debe adaptarse a las características específicas de los alumnos del centro. Fruto de la observación sistemática, podemos prever, en determinados grupos de alumnos, comportamientos que sean consecuencia del entorno socioeconómico de la zona en la que se ubique el centro.

3. No debe afectar a los componentes prescriptivos del currículo. Hemos de movernos dentro de los límites que marca dicho currículo.

De las medidas expuestas, vamos a tratar aquellas que en nuestra área pueden tener un reflejo específico manifestado a través de la programación. Concretamente, nos referiremos a las posibilidades de adaptación curricular y de organización de recursos dirigidos a alumnos con necesidades educativas especiales. Trataremos también un caso específico de nuestra área y que desde siempre ha supuesto un problema en la enseñanza: aquellos alumnos con limitaciones físicas de carácter transitorio o permanente, los tradicionalmente llamados exentos.

13.3.- LA ADAPTACIÓN CURRICULAR.

La adaptación curricular dentro de la programación debe tender a posibilitar a todos los alumnos la consecución de un aprendizaje constructivo y significativo a través de modificaciones que flexibilicen las condiciones de desarrollo y permitan, a alumnos con distintos niveles de aprendizaje, motivaciones e intereses, posibilidades para desarrollar con éxito su actividad. Esta adaptación debe prever posibles soluciones a los problemas más frecuentes con los que nos vamos a encontrar. Por supuesto que con estas medidas no se va a conseguir una adecuada progresión en todos los casos, pero sí se van a disminuir las diferencias. En el capítulo dedicado al currículo del área ya hemos tenido en cuenta algunos factores. Lo que ahora proponemos son medidas más concretas y específicas.

Algunas medidas que se pueden incluir en la adaptación curricular son las siguientes:

A.- VALORACIÓN INICIAL. Un estudio inicial de los alumnos debe acercarnos a su realidad en cuanto a diversos factores:

Características constitucionales y de desarrollo motriz, a través de un estudio de los datos antropométricos (peso, talla, envergadura…) y de eficacia en la conducta motriz (valoración de la condición física y del nivel de desarrollo de las cualidades motrices y habilidades básicas y específicas, así como de las habilidades expresivas). Para ello podremos establecer una serie de pruebas de sencilla ejecución que nos permitan valorar el nivel de cada alumno.

Experiencias previas. A través de encuestas combinadas con las pruebas del apartado anterior, podemos llegar a hacer una aproximación de las distintas actividades realizadas por nuestros alumnos, tanto en la educación física escolar como en la práctica de actividades físicas y deportes fuera de la escuela, y del nivel de progresión alcanzado en ellas. En este apartado, sería conveniente considerar aquellos casos en los que experiencias previas puedan haber supuesto un fracaso y hayan provocado en el alumno un miedo o un rechazo a la actividad fruto de la falta de éxito. Un ejemplo muy frecuente de esto último son aquellos alumnos que al haber tenido experiencias traumáticas en actividades de gimnasia deportiva (golpes, lesiones) no progresan por el miedo generado por dichas experiencias.

Distinguiremos dos niveles de aplicación. La valoración inicial a principio de curso, especialmente en el primer curso, que nos servirá para el establecimiento de objetivos terminales, metodología, organización y evaluación y la valoración a principio de cada unidad didáctica, que nos posibilitará adecuar el nivel de los contenidos y el grado de exigencia.

Para facilitar la tarea, sería conveniente confeccionar un dossier o ficha del alumno donde pudiesen reflejarse de forma sistemática los datos obtenidos y la evolución a lo largo de todo el ciclo y etapa. Este documento debería estar en el departamento a disposición de los profesores, y entregarse al alumno al finalizar la etapa.

B.- ADAPTACIÓN DE LOS OBJETIVOS. El establecimiento de una serie de objetivos cerrados de obligado cumplimiento puede llevarnos a una selección inicial que imposibilite, de partida el éxito a determinados alumnos. Por el contrario, la flexibilización de los mismos dentro de unos márgenes favorece que el alumno encuentre mayores posibilidades para su consecución.

Esto lo podemos lograr estableciendo objetivos principales centrados en los aspectos más fundamentales que contemplen unos mínimos de referencia y objetivos secundarios que completen a los anteriores pero que no sean todos de obligado cumplimiento por parte de los alumnos. Esta diferenciación deberá ser contemplada tanto en los objetivos de ciclo y curso como en los de cada unidad didáctica.

C.- SELECCIÓN Y PRIORIZACIÓN DE CONTENIDOS. Es este uno de los aspectos de mayor importancia dentro de la adaptación curricular. Para la consecución de un mismo objetivo deben existir distintos caminos, distintos contenidos. La selección de los mismos tiene que plantearse en función de las posibilidades de cada centro.

Para posibilitar la consecución de los objetivos por parte de alumnos con distintos niveles debemos priorizar contenidos, de forma que haya unos mínimos y, a partir de ellos, otros de mayor grado de complejidad.

Los contenidos están establecidos de forma gradual, siendo los primeros prioritarios sobre los últimos. El criterio de dificultad por el que prioricemos unos contenidos sobre otros no debe centrarse exclusivamente en el nivel de ejecución. El nivel de exigencia puede venir también dado por la dificultad de comprensión, de percepción, de toma de decisiones o de asimilación de cada contenido.

Hemos de recordar que en nuestra materia, por el carácter de la misma, debe existir una priorización de los contenidos considerados procedimentales sobre el resto, si bien consideramos que se le debe dar a los actitudinales mayor importancia de la que se le concedía tradicionalmente.

Otro camino para la atención a la diversidad es establecer un abanico de contenidos referidos aun mismo objetivo, dentro de los cuales el alumno deba escoger algunos de ellos en función de sus características.

En la selección de contenidos establecemos suficiente variedad dentro de unos límites como para permitir a cada alumno la consecución del objetivo planteado a través de aquellos contenidos que más se adapten a sus posibilidades. Esta elaboración de contenidos iría muy vinculada a un sistema de créditos en el que el alumno escoge determinados contenidos entre una serie que le propone el profesor.

D.- UTILIZAR METODOLOGÍAS Y ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS MÁS CENTRADAS EN EL PROCESO Y EN EL ALUMNO. Los modelos instructivos, representados principalmente por el mando directo, tienden a centrarse más en el producto, fijando el éxito del proceso en unos resultados. El papel del alumno es menor, ya que el profesor determina de antemano cual debe ser el resultado para todos sus alumnos. Si bien es necesario el establecimiento de unos patrones de actuación, los modelos de enseñanza guiados mediante la búsqueda permiten al alumno una mayor toma de conciencia e intervención, al tiempo que desarrollan su motivación.

En cualquier caso, el estilo de enseñanza escogido estará condicionado por las características de los contenidos que se van a desarrollar y por el nivel de dominio que sobre ellos tengan nuestros alumnos. La presentación de modelos de ejecución será más adecuada para aquellos tipos de contenidos que, por su carácter, requieran de una eficacia mínima para su desarrollo. También será adecuada para aquellos alumnos con mayores dificultades de aprendizaje. Cuando los alumnos presentan ya cierto dominio sobre las tareas, tienen a su alcance los recursos necesarios como para resolver problemas motrices utilizando el bagaje adquirido. En la medida de lo posible, debemos emplear estrategias didácticas que depositen inicialmente en el alumno la responsabilidad de encontrar su respuesta al problema. Esto refuerza el interés y la motivación hacia la actividad y permite al alumno un aprendizaje adaptado a sus posibilidades. A aquellos alumnos con mayores dificultades o retrasos en el aprendizaje les reforzaremos y haremos correcciones a través de la propuesta de modelos de ejecución adaptados a sus características que les permitan una mínima eficacia en la tarea.

Queremos recordar que, en muchos casos, el error en la enseñanza no viene del planteamiento de un determinado modelo de enseñanza, sino de no adecuarlo a las diferentes características de los alumnos dentro de un grupo. Debemos intentar adaptar el modelo a los distintos niveles de aprendizaje que observemos entre nuestros alumnos, huyendo de una enseñanza homogeneizada que, por lo general, discrimina a los alumnos más avanzados o a los más retrasados.

La culminación de lo propuesto sería un modelo de proyectos personalizados en los que el alumno valorase su nivel inicial, estableciese unos objetivos de mejora y eligiese las tareas adecuadas para su progresión. Todo ello con el asesoramiento del profesor.

E.- PROPONER ACTIVIDADES DIFERENCIADAS. Está directamente relacionado con lo expuesto en el párrafo anterior. Las tareas que dispongamos deben permitir una graduación, de forma que cada alumno ejecute unas variables en función del momento de aprendizaje en que se encuentre. Esto es importante tanto para los alumnos con dificultades en el aprendizaje como para los que tengan un nivel avanzado, ya que les permite no descolgarse de la clase. La dificultad de la tarea puede venir condicionada por distintas variables; velocidad de ejecución, número de repeticiones, número de variables que controlar, características de los materiales didácticos, organización de los grupos….

Dentro de este aspecto debemos considerar la posibilidad de proponer actividades de refuerzo para aquellos alumnos con más dificultades. Lo ideal sería que pudiesen realizarlas con el profesor fuera de clase. En el caso de no poder hacerse, se pueden realizar programas específicos de mejora fuera del aula, cuya ejecución fuese para de los contenidos previstos para dicho grupo de alumnos.

F.- EMPLEAR MATERIALES DIDÁCTICOS VARIADOS. El grado de complejidad de la tarea viene también definido por los materiales que empleemos. Utilizar distintas cargas en trabajos de condición física, distintos tamaños de balón en los deportes colectivos, son algunos ejemplos sencillos de realizar. Muchas veces buscamos aumentar la dificultad de la tarea proponiendo ejercicios nuevos que quizás un cambio brusco por la variación de circunstancias que el alumno puede no controlar y que son ajenas al objeto de la enseñanza. Esto podemos evitarlo manteniendo las características generales de la actividad y alterando los materiales didácticos. La visualización de vídeos es también un elemento de gran ayuda para reforzar el aprendizaje.

G.- ASPECTOS DE LA EVALUACIÓN.

Establecer criterios de evaluación graduados. En coherencia con lo propuesto sobre los demás aspectos del proceso de enseñanza-aprendizaje, los criterios de evaluación deben permitir valorar el aprendizaje del alumno atendiendo a su nivel inicial y a su ritmo de aprendizaje.

Por un lado podemos establecer criterios de evaluación mínimos, y por otro, algunos de ampliación que valoren los distintos niveles de aprendizaje. Pero debemos tener cuidado con no hacerlo de forma que el objetivo mínimo ya suponga en sí un impedimento para los alumnos con un ritmo más lento de aprendizaje.

No establecer criterios normativos cerrados de evaluación. Establecer criterios que valoren el nivel inicial del alumno y su grado de evolución en el aprendizaje.

Proponer criterios complementarios de evaluación que permitan a los alumnos con más dificultades completar su evaluación a través de trabajos voluntarios.

Establecer diferentes tareas con niveles de dificultad distintos dentro del mismo criterio de evaluación.

Establecer distintas tareas para un mismo criterio.

Las medidas propuestas deben ayudar a reducir las dificultades para un aprendizaje significativo y constructivo en alumnos con niveles, experiencias previas e intereses distintos. Hemos de recordar, sin embargo, que es sobre todo a través de la función docente, de la intervención pedagógica del profesor en el aula, como se manifiesta y lleva a cabo la atención a la diversidad de los alumnos en el aula. La forma de enseñar, de adaptar espacios y recursos didácticos, la agrupación de los alumnos, la elección de distintos niveles para las tareas y de distintos grados de ayuda en función del nivel de los alumnos…. Son aspectos que debe disponer el profesor con los siguientes objetivos:

• Tender a una progresiva individualización de la enseñanza.

• Crear una mayor motivación de los alumnos hacia los distintos contenidos.

• Facilitar a los alumnos diferentes itinerarios para el aprendizaje.

• Posibilitar un aprendizaje adecuado a las características de los distintos grupos.

• Favorecer paulatinamente una actividad responsable y autorregulada en función de las características individuales de cada alumno.

13.4.- ASPECTOS ESPECÍFICOS QUE SE DEBEN TENER EN CUENTA EN LOS DISTINTOS TIPOS DE CONTENIDOS.

Si anteriormente hemos expuesto de forma general los instrumentos de que puede disponer el profesor para posibilitar una enseñanza adaptada a los distintos momentos de aprendizaje de los alumno, a continuación vamos a tratar de forma breve los aspectos referidos a las características específicas de los distintos tipos de contenidos del área, que deben tenerse en cuenta al plantearnos una enseñanza adaptada a las distintas características de nuestros alumnos.

CONDICIÓN FÍSICA. Tender a homogeneizar la enseñanza de estos contenidos supone condenar irremediablemente al fracaso a aquellos alumnos con dificultades por su constitución o por un desarrollo evolutivo más lento, y a que no exista una progresión significativa en aquellos con más posibilidades. Teniendo esto presente proponemos:

• Programar contenidos y actividades adaptados a distintos niveles, dentro de unos márgenes.

• Evitar, en la medida de lo posible las pruebas de ejecución con carácter normativo. No utilizarlas como elemento discriminador, sino orientador.

• Establecer pruebas con un carácter criterial que valoren el nivel de progresión del alumno en función de la práctica y del esfuerzo realizado.

• Utilizar las cargas en el trabajo como un factor diferenciador.

• Valorar el gado de autonomía en el trabajo de los alumnos.

CONSOLIDACIÓN DE LAS HABILIDAD BÁSICAS Y DESARROLLO DE LAS ESPECÍFICAS. Dentro de este apartado se englobará la mayor parte de los contenidos que se van a desarrollar en este ciclo. Hemos de recordar que, si bien los mecanismos de percepción y decisión son los que más intervienen en estas edades para el correcto aprendizaje:

• En los aprendizajes de habilidades con cierto nivel de riesgo, se deben establecer ayudas a la progresión para disminuir el nivel de incertidumbre en los alumnos con más problemas.

• En la enseñanza de la técnica deportiva hay que plantear problemas motrices con múltiples soluciones, intentando evitar situaciones con una sola respuesta, de forma que el alumno pueda adaptar las respuestas a sus características.

• En los deportes colectivos debemos valorar el nivel de participación en las tareas e iniciar la enseñanza de la táctica colectiva con el planteamiento de problemas que tengan distintos niveles de resolución, procurando que el mecanismo de ejecución no sea un factor determinante.

• Hay que intentar evitar los agrupamientos naturales por niveles en el desarrollo de los juegos y deportes colectivos, variando las normas para favorecer la inclusión de todos en el juego.

• Es importante delimitar el número de estímulos perceptivos a través de la simplificación de las normas.

• Hay que valorar la cooperación y el trabajo colectivo como un elemento importante, así como el respeto a los otros.

EXPRESIÓN CORPORAL. En estas edades vamos a encontrar resistencia a estos contenidos en parte del alumnado, debido a los conflictos de imagen propios de la adolescencia. Puede resultar, entonces, adecuado:

• Proponer actividades motivantes al inicio, respetando como válidas las distintas respuestas individuales.

• Asentar el respeto al otro como base de trabajo. Hacerlo sentir.

• Desarrollar los contenidos fundamentalmente a través de trabajos grupales, no forzando los agrupamientos.

• Valorar la originalidad y la creatividad por encima del rendimiento.

• Posibilitar a los alumnos distintos caminos para responder a una misma propuesta.

• Evitar el direccionismo y la imposición en la propuesta y el desarrollo de las tareas.

13.6.- ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA TRANSITORIA O PERMANENTE.

Distinguiremos aquellos alumnos que están limitados para realizar unas determinadas actividades de aquellos que no pueden practicar actividad física. Hemos de recordar que no existen alumnos exentos totales, ya que la Educación Física es una materia obligatoria, pero sí los exentos de unos determinados contenidos.

Consideramos de gran importancia evitar que estos alumnos se descuelguen de la marcha normal de la materia, lo que traerá consecuencias negativas para ellos y para el profesor.

Debemos considerar estos casos dentro de la programación, estableciendo programas específicos para ellos a través de un desarrollo curricular de posible realización. Cuanto más claramente esté especificado en la programación, menos problemas se nos plantearán a la hora del desarrollo de las sesiones.

ALUMNOS CON DISCAPACIDAD FÍSICA GRAVE Y PERMANENTE.

Son aquellos casos en los que existe una patología crónica grave que impide la práctica de cualquier tipo de actividad física. Como ejemplo, podemos tener alumnos con escoliosis de gran curvatura que precisan del uso de un corsé, casos de patologías cardiacas serias o de hipertiroidismo. Estas son algunas de las posibilidades. Sus afecciones les permiten desarrollar una actividad normal en el resto de áreas, pero les impiden realizar las actividades específicas de la nuestra.

El establecimiento de los programas específicos para estos alumnos debe centrarse tanto en los contenidos adaptados (especialmente orientados hacia los conceptos y actitudes e incluso rutinas de rehabilitación) como en los recursos didácticos que se van a emplear para integrar a los alumnos en la marcha de la clase. Proponemos a continuación algunas posibilidades para llevarlos a cabo.

• Realización de trabajos teóricos relacionados con los contenidos que se están trabajando para exponer a sus compañeros.

• Participación en las actividades deportivas realizando el arbitraje de los partidos que jueguen sus compañeros.

• Dirección de actividades a sus compañeros: juegos, estiramiento, ejercicios de relajación.

• En los trabajos de expresión corporal pueden participar casi sin limitaciones.

En estos casos, donde el alumno no podrá seguir el normal desarrollo de las sesiones prácticas en todo el curso, los criterios de calificación se modificarán y se adaptarán a sus características de la siguiente manera:

• La parte TEÓRICA pasará, de valer un 30%, a un 50%.

• La parte PRÁCTICA pasará, de valer un 40%, a un 20%. Esta parte estará adaptada a las características del alumno en cuestión; rehabilitación de patología, trabajo de zonas corporales funcionales en buen estado, ejercicios adaptados….

• La parte ACTITUDINAL seguirá con el valor del 30%.

Si un alumno/a tiene un problema físico temporal que le dure una evaluación entera, los criterios de calificación de esa evaluación serán los enunciados anteriormente, no aplicándose los redactados en los criterios de calificación de forma ordinaria para su nivel. Cuando el problema físico desaparezca, se le aplicarán los criterios de calificación ordinarios y enunciados en la programación de su nivel.

ALUMNOS CON DISCAPACIDADES CONTRAINDICADAS PARA UN DETERMINADO TIPO DE CONTENIDOS.

Dentro de este grupo incluimos a aquellos alumnos que sufren una afectación que les impide realizar determinadas actividad. Esta afectación puede ser crónica o de larga recuperación o temporal.

Para el primer caso proponemos, además de los puntos citados en el apartado anterior, contenidos alternativos que tengan relación, en la medida de lo posible, con los planteados en la programación para el resto del alumnado. Vamos a poner dos ejemplos.

Imaginemos un alumno con enfermedad de Osgood Schlater que le impide realizar carreras de larga duración y, por tanto, no puede participar en los trabajos de resistencia aeróbica a través de carrera continua. La opción podría ser un programa específico de desarrollo de resistencia muscular a través de una serie de ejercicios de intensidad media-baja con un número alto de repeticiones. Este programa lo llevaría a cabo en el aula al mismo tiempo que sus compañeros realizan el suyo correspondiente.

Otro ejemplo puede ser el de alumnos con escoliosis que les impide realizar ejercicios dentro de la unidad de habilidades gimnásticas. Dado que estos contenidos se engloban dentro del bloque de cualidades motrices, debemos buscar contenidos alternativos que desarrollen las mismas capacidades. Podría ser la elaboración de coordinaciones con distintos equilibrios sobre una pierna, con un compañero, en altura, reequilibraciones, giros sobre el eje longitudinal…. o la elaboración de una coreografía sobre una base musical. Nótese que las dos posibilidades están encaminadas al desarrollo de contenidos similares a los planteados a través de las habilidades gimnásticas.

Para los alumnos que padezcan una discapacidad transitoria, proponemos establecer un programa de trabajo individualizado en el que realicen las actividades que sean compatibles durante el tiempo de lesión y un programa de refuerzo que deben llevar a cabo fuera de clase una vez recuperados.

En esta línea los alumnos/as que padecen asma, tanto a la realización del ejercicio, como estacional, adaptarán su práctica para mejorar su capacidad pulmonar. Debemos recordar que el asma limita la capacidad pulmonar, por lo que en estos alumnos/as es mucho más importante la mejora cardio-respiratoria y el aumento de su capacidad pulmonar para prevenir la aparición de posibles crisis asmáticas y para mejorar el conocimiento de sus propias posibilidades. Hay que recordar desde este marco que muchos atletas olímpicos y de alto rendimiento son asmático y no les impide la realización de ejercicio físico.

Es por ello que estos alumnos/as aprovechen al máximo las sesiones de Educación Física, se optará por dos medidas:

A.- Adaptación de la práctica a sus limitaciones.

B.- Elaboración de trabajo relacionado.

En este último apartado, el profesor dará al alumno/a un documento donde se especifica el trabajo concreto y su actuación en las distintas sesiones. Dicho documento es el que se cita a continuación.

MEDIDAS DE ATENCIÓN A ALUMNOS CON SERVICIO DE ATENCIÓN DOMICILIARIA (SAD)

Las medidas específicas de atención del departamento con los alumnos/as con SAD serán las siguientes:

A.- Envío de material de departamento al alumno/a; apuntes, fichas y material complementario.

B.- Realización de trabajos relacionados con las unidades didácticas que se estén realizando en el Centro.

C.- Adaptación de los criterios de calificación. Debido a que estos alumnos/as no vienen al centro, la manera de calificarlos sería exclusivamente a través del bloque teórico. En esta línea su sistema de calificación quedaría como sigue.

-. Examen teórico de los contenidos ordinarios de la materia 30%

-. Examen teórico de los contenidos teóricos de ampliación presentes en los trabajos mandados: 30 %

-. Evaluación de trabajos: 30 %

-. Evaluación de fichas: 10%

TRABAJO PARA LOS ALUMNOS/AS QUE NO PUEDAN SEGUIR EL NORMAL DESARROLLO DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA.

EL ALUMNO/A….................................…………….. del grupo …..................., al no poder seguir el normal desarrollo de las clases prácticas de Educación Física por: descripción breve de la patología y su relación con la actividad física.

Deberá realizar los siguientes trabajos, relacionados con los contenidos prácticos que no puede abordar:

• FICHAS DE LAS SESIONES DE LAS CLASES PRÁCTICAS. Estas fichas deberán contener los siguientes puntos:

-. Objetivo y fecha de la sesión.

-. Seguimiento y descripción del calentamiento general y específico.

-. Descripción de los ejercicios de la parte principal: tanto textual como gráficamente.

-. Resumen de los conceptos teóricos impartidos en la sesión.

• PARTICIPACIÓN EN LA CLASE, DENTRO DE SUS POSIBILIDADES, EN LA AYUDA ACTIVA DE ALGÚN COMPAÑERO/A O DEL PROFESOR.

-. Corrección de algún aspecto técnico.

-. Tutorización de algún compañero.

-. Disposición del material para la sesión.

• TRABAJO TEÓRICO DE LOS CONTENIDOS EN CUESTIÓN.

• TÍTULO DEL TRABAJO:

APARTADOS:

• EXPOSICIÓN TEÓRICA DEL TRABAJO REALIZADO A LOS COMPAÑEROS/AS.

• EXAMEN ESCRITO DEL TRABAJO EN CUESTIÓN.

En estos casos, donde el alumno no podrá seguir el normal desarrollo de las sesiones prácticas en todo el curso, los criterios de calificación se modificarán y se adaptarán a sus características de la siguiente manera:

La parte TEÓRICA pasará, de valer un 30%, a un 50%.

Esta parte consistirá en evaluación de trabajos (1,5 puntos), exposición teórica (1,5 puntos) y exámenes teóricos tanto de los trabajos como de la parte teórica que se esté desarrollando al resto del alumnado (3 puntos).

La parte PRÁCTICA pasará, de valer un 40%, a un 20%.

Esta parte estará adaptada a las características del alumno en cuestión; rehabilitación de patología, trabajo de zonas corporales funcionales en buen estado, ejercicios adaptados…. Desarrollo de ejercicios (1 punto), entrega de fichas de seguimiento de sesiones (1 punto).

La parte ACTITUDINAL seguirá con el valor del 30% (ayuda en las clases, colaboración con los componentes de clase, disposición favorable al seguimiento de las sesiones, vestuario y material adecuado).

14. ACTIVIDADES COMPLEMENTARIAS Y EXTRAESCOLARES

Las actividades extraescolares programadas para este curso serán las que se detallan a continuación:

**1.-** SENDERISMO POR LA SIERRA DE MADRID: se realizará una salida de senderismo, relacionando esta actividad con los contenidos de actividades en el medio natural que son los más complicados de desarrollar en el instituto y sus alrededores. En la actividad se profundizará en la identificación de senderos, en actitudes de respeto al medio ambiente y en el material necesario para hacer frente a estas actividades.

OBJETIVOS DE LA ACTIVIDAD.

1.- Poner en contacto al alumno/a con una actividad física desarrollada en el entorno natural.

2.- Saber identificar las señales que me informan de un itinerario en el medio natural.

3.- Utilizar y percibir la importancia de los materiales básicos para este tipo de actividades, más concretamente al calzado, vestimenta, la mochila (colocación en la espalda y carga de peso, así como alimentación e hidratación).

4.- Respetar el entorno natural, favoreciendo su conservación y respeto y creando en él el menor impacto posible.

**2.-** Participación en la olimpiada escolar organizada por el Ayuntamiento de Alcorcon.

**3.-** Jornada de piragüismo en el Parque Polvoranca.

CRITERIOS DE EVALUACIÓN.

• Utilizar calzado oportuno para la actividad.

• Cargar la mochila de forma correcta.

• Distorsionar el medio natural lo menos posible.

• Realizar correctamente la alimentación y la hidratación a lo largo de la actividad.

15. ESTRATEGIAS DE ANIMACIÓN A LA LECTURA Y EL DESARROLLO DE LA EXPRESIÓN ORAL Y ESCRITA

Las principales actuaciones que desde el departamento de Educación Física se van a llevar a cabo, con un punto de vista realista, serán las siguientes:

• LECTURA DE ARTÍCULOS: De forma sistemática se mandará leer determinados artículos relacionados con la actividad física para su resumen, comentario y presentación en trabajos.

• REALIZACIÓN DE REDACCIONES: el alumno/a realizará redacciones con temas propuestos por el profesor con la actividad física y el deporte como escenario y motivo principal.

• REALIZACIÓN DE MAPAS CONCEPTUALES: estos se realizarán teniendo como punto de partida los apuntes de la materia.

• LECTURAS COMPLEMENTARIAS DE TEMAS EN PÁGINAS WEB. De forma complementaria y voluntaria los alumnos/as podrán realizar lecturas de determinados temas en bibliografía proporcionada por el profesor, para su posterior exposición en clase.

En cuanto a la mejora de la comprensión lectora, cuando se trabaje, se llevarán a cabo las recomendaciones ofrecidas por el departamento de Lengua y Literatura al principio de curso.

17. EVALUACIÓN DE ALUMNADO CON PÉRDIDA DE EVALUACIÓN CONTINUA

Los alumnos/as que superen el 30% del número de sesiones totales del curso (en el caso de Educación Física 21 sesiones), justificadas o no justificadas, según el Reglamento de Régimen Interno, perderán el derecho a la evaluación continua. El profesor de cada curso deberá informar a la familia cuando el respectivo alumno/a alcance el 50% de dicha cifra, para que estén advertidos de la medida a tomar. Así pues como la materia de Educación Física tiene un total de 70 sesiones anuales, el profesor avisará a la familia una vez que el alumno/a haya alcanzado las 11 faltas (justificadas o sin justificar).

El departamento de Educación Física evaluará a los alumnos/as con pérdida de evaluación continua con una prueba exactamente igual a la prueba extraordinaria de junio (ver el punto anterior de la estructura y descripción de la prueba de Septiembre), pero desarrollada en Junio.

18. NORMAS DE LA ASIGNATURA

Se comunican en la primera sesión del curso (presentación) y se presentarán por escrito en el tablón de anuncios del gimnasio y en la página web del CEIPSO.

19 EVALUACION DEL PROFESOR

1 Tengo en cuenta el procedimiento general para la evaluación de los aprendizajes de acuerdo con la programación de área.

2 Aplico criterios de evaluación y criterios de calificación en cada uno de los temas de acuerdo con la programación de área.

3 Realizo una evaluación inicial a principio de curso.

4 Utilizo suficientes criterios de evaluación que atiendan de manera equilibrada la evaluación de los diferentes contenidos.

5 Utilizo sistemáticamente procedimientos e instrumentos variados de recogida de información sobre los alumnos.

6 Habitualmente, corrijo y explico los trabajos y actividades de los alumnos y, doy pautas para la mejora de sus aprendizajes.

7 Utilizo diferentes técnicas de evaluación en función de la diversidad de alumnos, de las diferentes áreas, de los temas, de los contenidos...

8 Utilizo diferentes medios para informar a padres, profesores y alumnos (sesiones de evaluación, boletín de información, entrevistas individuales) de los resultados de la evaluación.

20 RELACION DE CONTENIDOS CON ESTANDARES CRITERIOS DE CALIFICACIÓN Y COMPETENCIAS

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| CONTENIDOS  ACTIVIDADES EN MEDIO ESTABLE ( PATINAJE SOBRE RUEDAS)  ACTIVIDADES DE ADVERSARIO (PALAS)  ACTIVIDADES DE OPOSICIÓN COLABORACIÓN (VOLEIBOL)  ACTIVIDADES EN MEDIO NO ESTABLE (ESCALADA)  EXPRESIÓN  SALUD Y BALANCE ENERGÉTICO | CRITERIOS DE EVALUACION Y ESTANDARES  Técnica de desplazamiento  Control del centro de gravedad sobre el pie de apoyo.  Trabajo de coordinación y equilibrio.  Aspectos preventivos, forma de caer, elementos de seguridad pasiva, indumentaria, material de protección.  Motivación.  Desarrollo de la técnica y la táctica. El saque, la colocación, el juego desde el fondo de la pista.  •Adaptación del reglamento para favorecer la práctica, la participación y el aprendizaje. Aceptación del resultado.  Adquisición de habilidades especificas del deporte: saque, la recepción ,colocación y el remate.  Práctica de voleibol experimentando los diferentes roles de participación que se pueden vivenciar en cada uno de ellos: defensor, atacante.  Aplicación de la normativa y reglamento básicos del voleibol  Adaptación del reglamento para favorecer la práctica, la participación y el aprendizaje.  Aplicación de las habilidades específicas para la resolución de situaciones tácticas individuales y colectivas sencillas.  Aceptación del reto que supone competir con los demás sin que eso implique actitudes de rivalidad, entendiendo la oposición como una estrategia del juego y no como un actitud contra los demás.  Elementos básicos de la escalada, equilibrios, agarres etc.  Salidas al medio natural para la realización de actividades físico deportivas en distintos medios.  Valoración de los recursos que brinda el medio natural para su disfrute.  Conservación del medio ambiente.  El equipamiento básico del escalador.  Realización de actividades rítmicas, destacando el valor expresivo.  El cuerpo expresivo.  El rostro expresivo.  Tipos de gesto.  Realización de actividades de composiciones grupales estáticas y dinámicas de forma cooperativa.  Exploración de posibilidades de complementación con otros compañeros utilizando contenidos básicos de expresión (formas corporales, posibilidades de movimientos segmentarios, trayectorias, etc.).  Adaptación del movimiento corporal y del desplazamiento a distintos ritmos.  Fundamentos básicos para una dieta equilibrada y su planificación, el balance energético entre ingesta y gasto calórico.  • Exceso y carencias de la alimentación.  • Obtención de energía.  • Los nutrientes de la dieta.  • La dieta cardiosaludable.  • Análisis crítico de los hábitos propios de la alimentación.  • Elaboración de dietas equilibradas y saludables. | INDICADORES DE LOGROS  Realiza ejercicios de forma fluida.  Participa de forma entusiasta y animosa en las actividades propuestas.  Cuida el material, ayuda a los compañeros y al profesor, recoge y monta el material.  Realiza un calentamiento de forma autonoma  Sabe sacar, devolver y jugar de forma fluida.  Participa en las sesiones de forma entusiasta y colaboradora con la recogida y puesta del material.  Realización de forma correcta de los elementos técnicos de voleibol:  Saque, recepción, colocación , remate.  Conocimiento de las normas básicas del juego.  Participación de forma entusiasta, activa, y motivada en las actividades propuestas, recogida y puesta del material.  Realización de forma correcta un calentamiento.  Realización de los elementos de agarres, cabuyeria, equilibrios, apoyos.  Participación de forma responsable, respetuosa eficaz, asi como recogida e instalación del material.  Realización de una secuencia de movimientos coreografiada contando una historia ficticia o real.  Participación en las actividades planteadas por el profesor o en su caso los compañeros con actitud respetuosa y seria.  Identificación de los diferentes tipos de registros gestuales necesarios para la expresión corporal.  Elaboración de una dieta saludable.  Identificación de los diferentes elementos de la alimentación asi como una descripción somera de como se produce la digestión y utilización de energía. | CRITERIOS DE CALIFICACIÓN  30%  60%  40%  20%  40%  40%  40%  20%  40%  20%  40%  40%  40%  40%  20%  60%  40% | COMPETENCIAS  AA  CMT  CS  CM  CMT  CL  CM  AA  CS  CMT  CS  CL  AA  CD  CL  CMT  CS  CD  AA  CS  CC  AA  CD  CMT  CS  AA  AA  CD |

EL PLAN DE MEJORA DE LOS RESULTADOS ACADÉMICOS.

Tomando como referencia los resultados escolares de los últimos cursos y analizando nuestros puntos débiles, este curso escolar nos planteamos el desarrollo de dos Planes de mejora de resultados:

● En Educación Secundaria: Mejorar la motivación, la actitud y responsabilidad en el estudio, así como la comprensión lectora, la expresión oral y escrita, la comunicación audiovisual y el uso de técnicas de trabajo intelectual.

ACTUACIÓN 1: Plan de choque contra la pasividad en ESO